

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-03 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), sałata 25g , ogórek zielony 100g ,	kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), gulasz z żołądków drobiowych w sosie koperkowym 160g (GLU, SEL), Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasztetowa 50g (GLU, MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), ogórek kiszony 60g , sałata 25g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2540.10 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 85.51 g; Węglowodany ogółem: 364.34 g; Witamina C: 78.79 mg; Wapń: 1262.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2621.25 ug; Błonnik pokarmowy: 28.39 g; suma cukrów prostych: 73.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.63 g; sól: 2631.41 mg;		
czwartek 2024-10-03 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), sałata 25g ,	kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), gulasz z żołądków drobiowych w sosie koperkowym 160g (GLU, SEL), Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), ogórek kiszony bez skóry 100g , sałata 25g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2420.31 kcal; Białko ogółem: 105.24 g; Tłuszcz: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 363.72 g; Witamina C: 93.10 mg; Wapń: 1258.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1873.17 ug; Błonnik pokarmowy: 29.16 g; suma cukrów prostych: 73.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.06 g; sól: 2528.54 mg;		
czwartek 2024-10-03 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), sałata 25g , ogórek zielony 100g , II Śniadanie: naleśniki z musem owocowym 100g (BIA, GLU, JAJ),	kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), gulasz z żołądków drobiowych w sosie koperkowym 160g (GLU, SEL), Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml , Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), pasztetowa 50g (GLU, MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), ogórek kiszony 60g , sałata 25g , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2711.20 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 96.25 g; Węglowodany ogółem: 381.75 g; Witamina C: 79.36 mg; Wapń: 1203.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2708.52 ug; Błonnik pokarmowy: 38.69 g; suma cukrów prostych: 62.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.02 g; sól: 2675.93 mg;		

Dietetyk

Lidia Baśńska